



CpDAI 2025 — Ação de Formação para Assistentes Desportivos

Destinatários

- Treinadores
- Técnicos Exercício Físico
- Outros agentes

Conteúdos Programáticos

Bloco 1 Introdução ao Desporto Adaptado	0h30
--	-------------

- | |
|---|
| 1.1. Conceito de Deficiência, classificação e inclusão |
| 1.2. Benefícios da Prática Desportiva |
| 1.3. Organização do Desporto para Pessoas com Deficiência em Portugal |
| 1.4. Como iniciar a prática: barreiras e CPDAI |

Bloco 2 Técnicas de Guia	1h00
-----------------------------------	-------------

- | |
|--------------------------------------|
| 2.1. Tipos de prática e guias. |
| 2.2. Técnicas de guia para invisuais |

Bloco 3 Técnicas de Transferência	1h00
--	-------------

- | |
|---|
| 3.1. Apoio na mobilidade (transferências/posicionamento); |
| 3.2. Material de proteção desportiva; |
| 3.3. implicações das alterações fisiológicas e neuromusculares na prática desportiva: saber identificá-las e como ajudar no seu controlo (Exemplo: espasticidade, alterações de amplitude de movimento, termoregulaçãoetc). |

Bloco 4 Abordagens Psicológicas	1h00
--	-------------

- | |
|--|
| 4.1. Capacitação e promoção de autonomia da Pessoa com Deficiência |
| 4.2. Como abordar e comunicar com a Pessoa com Deficiência |

Bloco 5 Testemunhos	0h30
------------------------------	-------------

- | |
|---|
| 5.1. Discussão com testemunho de assistentes desportivo |
|---|

Carga Horária Total	4h00
----------------------------	-------------